Ufsteller Post

seit 1905

KREISTURNVERBAND RHEINTAL

Ausgabe 1/2016

Co-Sponsoren:

KÜHNIS BRILLEN
KÜHNIS HÖRWELT
Alpha RHEINTAL Bank
Transteam Personal AG
Temporär- und Dauerstellen
Basel Buchs SG Chur Sargans Wil Zürich

Alpha RHEINTAL Bank

Berneck . Balgach . Heerbrugg . Oberriet . St. Margrethen . Widnau . Tel. +41 71 747 95 95 . info@alpharheintalbank.ch . www.alpharheintalbank.ch

wegweisend

in Beratung und Service

Die Entwicklung in den Bereichen Optik und Hörakustik schreitet rasant voran – wir bleiben am Puls der Zeit und beraten Sie stets kompetent und professionell.

Kommen Sie zu Kühnis – der 1. Adresse für gutes Sehen und Hören.

Appenzell · Buchs · Gossau · Pizolpark Mels · Sargans · www.kuehnis.ch

Kühnis Brillen
Altstätten · Gerbergasse 1 · Tel. 071 755 30 55
Widnau · Rhydorf-Center · Tel. 071 722 16 72

Kühnis Hörwelt
Altstätten · Breite 21 · Tel. 071 755 01 01
Heerbrugg · Aechelistr. 6 · Tel. 071 727 00 27

Erste Standortbestimmung

Für die Rheintaler Jugend findet am Sonntag, 14. Februar, zum 13. Mal die Rheintaler Nachwuchs-Hallenmeisterschaft in Widnau statt. // **Seite 5**

Berichte aus dem Verband // Seite 5

Kursausschreibungen SGTV // Seite 8

Infos aus dem Verband // Seite 13

Impressum // Ufsteller Post

Redaktion:
Melanie Ebneter
Bundesrat-Kobeltstrasse 12
9437 Marbach
melanie.ebneter@bluewin.ch

Abos und Adressänderungen:
Andrea Reifler-Köppel
Hauptstrasse 110
9434 Au
areifler@gmx.ch

Redaktionsschluss für die nächste Ufsteller-Post: **20. März 2016.**
Es sind alle Vereine herzlich eingeladen, ihre Berichte von allen Anlässen bei uns zu veröffentlichen.

Alte Heizung?
Jetzt umsteigen auf Erdgas.

Hat Ihr Heizkessel die Feuerungskontrolle nicht mehr bestanden? Oder macht sich langsam der „Zahn der Zeit“ bemerkbar? Die perfekte Gelegenheit, auf eine Erdgas-Heizung umzusteigen.

Kostenloser Sanierungsvorschlag!

Gerne erstellen wir Ihnen einen kostenlosen Sanierungsvorschlag. Rufen Sie uns einfach an.

Sanierungshotline 071 747 54 54

Übrigens: Die Erdgas-Heizung braucht keinen Brennstofflagerraum und schont Umwelt und Klima. **Informieren Sie sich auf unserer Website unter www.gravag.ch über die vielen Vorteile beim Heizen mit Erdgas!**

GRAVAG Erdgas AG · Telefon 071 747 54 54 · www.gravag.ch

erdgas GRAVAG

über 30 Jahre

Albert Nüesch AG
Bedachungen

BEDACHUNGS GESCHÄFT SDV VERTRAUENSFIRMA

Mühlackerstr. 17 - 9436 Balgach
Tel. 071 722 23 77 - Natel 079 697 06 77 - Fax 071 722 93 77

empfiehlt sich für:
Ziegel-, Eternit- und Schindelarbeiten
Fassaden und Isolationen
Flachdacharbeiten, in allen Ausführungen
Umkehrdächer und Kunststoffdächer

Wir verwirklichen auch Ihre Bauideen!

Rufen Sie uns an! 071 / 775 84 10

NIEDERER bauunternehmung
altstätten heerbrugg rebstein

VETSCH bauunternehmung
grabs

BÜCHEL bauunternehmung
oberriet rüthi

Ihre Baupartner vom HUKA-Baupool

Rheintaler Nachwuchs-Hallenmeisterschaft

Verbandsbericht Am Sonntag, 14. Februar, findet in Widnau ab 9.45 Uhr zum 13. Mal die Rheintaler Nachwuchs-Hallenmeisterschaft statt. Der Wettkampf gilt für die jüngsten der Rheintaler Leichtathleten als eine erste Standortbestimmung, für die weitere Wettkampfsaison.

Widnau. Seit 2004 gilt die Rheintaler Nachwuchs-Hallenmeisterschaft als wichtiger Bestandteil im Terminplan vom Kreisturnverband Rheintal. Der Vorstand freut sich, dass der beliebte Vorbereitungswettkampf der Rheintaler Jugend auch dieses Jahr wieder in Widnau durchgeführt werden kann und hofft, die guten Teilnehmerzahlen der letzten Jahre bestätigen zu können. Es werden um die 330 junge Athleten erwartet, welche sich in verschiedenen Disziplinen messen und das Publikum mit ihren Leistungen, ihrer Motivation und ihrem Können begeistern.

Die Hallenmeisterschaft dient als guter Einstiegswettkampf für die Kinder der Rheintaler Vereine, bei dem sie nach den Wintertrainings in der Halle erstmals das Erlernte in die Tat umsetzen und erste Erfolge und Vergleiche erzielen können.

Die Nachwuchs-Hallenmeisterschaft unterliegt den Richtlinien des Swiss-Athletics und beinhaltet einen 3-Kampf. Geturnt wird in 5 Kategorien der Jahrgänge 1999-2008. Zur Wertung gehören die Disziplinen Sprint 35m, Weitsprung und, je nach Alter, Ballwurf oder Kugelstossen. Neben dem 3-Kampf gehört die abschliessende Pendelstafette zum

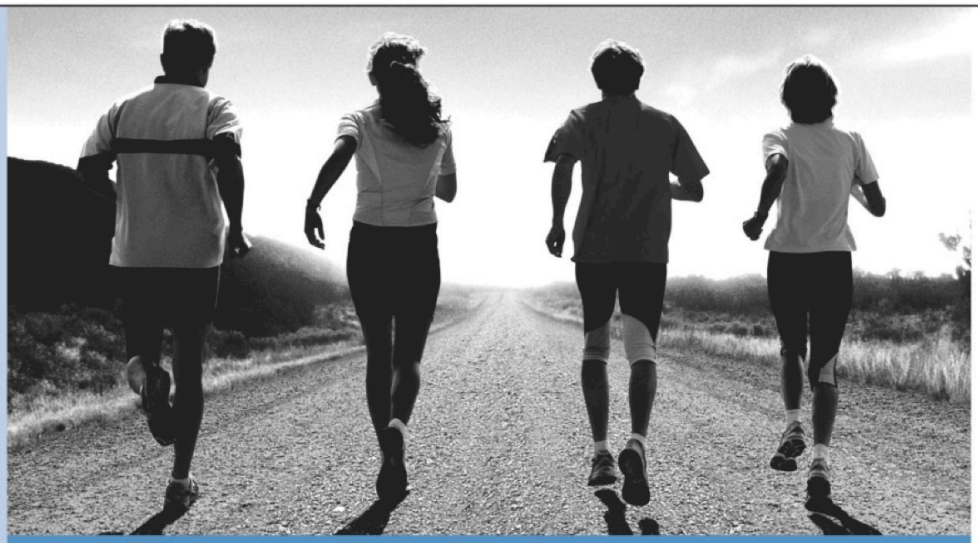
Wettkampfprogramm, welche den Teamgeist unter den jungen Athleten fördert und die Stimmung in der Sporthalle Aegeten zum Kochen bringt.

Unter dem Patronat des Kreisturnverbandes Rheintal hat sich das OK unter der Leitung von Angelika Dürr zum Ziel gesetzt, den jungen Athleten einen gut organisierten Wettkampf auf hohem Niveau zu bieten.

Weitere Infos sind auf der Homepage des Veranstalters, unter www.kreisturnverbandrheintal.ch ersichtlich.

Der Kreisturnverband Rheintal und das OK wünscht allen teilnehmenden Athleten einen erfolgreichen, unfallfreien Wettkampf und einen guten Start in die Wettkampfsaison.

Verfasst: Melanie Ebneter



Raiffeisen-Mitglieder
haben es besser.

Als Raiffeisen Mitglied profitieren Sie von Spesenvorteilen und vom Vorzugszins. Vom Gratis-Museumspass und von vielen exklusiven Sonderangeboten. Werden auch Sie Raiffeisen Mitglied. Es lohnt sich.
www.raiffeisen.ch

Ihre Rheintaler Raiffeisenbanken

Wir machen den Weg frei

RAIFFEISEN

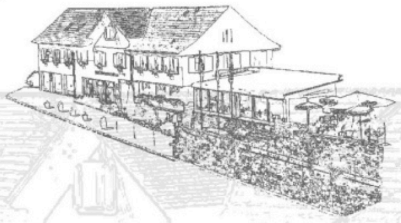
HUTTER
INNEN
DEKOR

TEPPICHE
BODENBELÄGE
PARKETT
POLSTEREI
VORHÄNGE

WWW.HUTTER-INNENDEKOR.CH

WILLY HUTTER
LANGGASSE 35
9451 KRIESSERN
FON 071 755 52 01
FAX 071 755 52 29

ihre fachleute für boden, möbel, vorhang und licht
www.interieursuisse.ch
in



Hotel-Restaurant
Zollhaus Gams

Fisch- und Haus-spezialitäten

Urs und Charlotte Kremmel · Restaurant Zollhaus, CH-9473 Gams
Telefon: +41 81 771 11 05 · Telefax: +41 81 771 64 84
Ruhetag Montag und Dienstag ganzer Tag
info@zollhaus-gams.ch · www.zollhaus-gams.ch

Fischküche mit Auszeichnung

GILDE

Kantonale Wahlen 2016

Gemeinsam sind wir stark – auch in den Kantonalwahlen

Um unsere Ziele erreichen zu können, sind wir immer wieder auf politische Unterstützung angewiesen Deshalb ist es für uns Turnerinnen und Turner selbstverständlich, dass wir Sportlerinnen und Sportler unterstützen, welche sich auf politischer Ebene für die Interessen des Sportes und insbesondere des Turnens einsetzen.

Doris Lehner-Hämmerle (1958)
9444 Diepoldsau

Handarbeits- und Hauswirtschaftslehrerin
mit Zusatzausbildung im Mädchenturnen

Partei: **CVP**
Liste 04.06 Wahlkreis Rheintal

Verein: Jugi- und Kutu-Turnerin im STV Widnau

Tätigkeiten:

- Gründerin der Spezialriege/ 14 Jahre Gymnastikleiterin der Spezialriege und der Gymnastikabteilung der Damenriege STV Widnau
- 1991 Gründerin / Präsidentin der RG/Gym Diepoldsau-Schmitter /seit 25 Jahren Leiterin der RG/Gym Diepoldsau-Schmitter
- 28 Jahre Kantonalverantwortliche Rhythmische Gymnastik im SGTV
- Seit 2006 Ehrenmitglied im SGTV
- Seit 2011 Ehrenmitglied der RG/Gym Diepoldsau-Schmitter
- Seit 6 Jahren Wettkampfchefin der Rhythmischen Gymnastik im STV
- 20 Jahre Kampfrichterin Gymnastik
- Seit 15 Jahren Kampfrichterin Rhythmische Gymnastik

Wahlslogan: ***Engagiert für Schule, Sport und Familie***

Frühlingskurs für Männerriegenleiter

(Der Kurs ist auch für Frauenriegenleiterinnen offen)

Kurs-Art:	Weiterbildungskurs Sport Fit
Teilnehmerkreis:	SF
Ziele:	Weiterbildung für dich und deinen Verein
Kursprogramm:	Faustball für alle, Faszien Training (Bindegewebe) Krafttraining mit eigenen Körpergewicht, Trommle dich fit
Kurs-Datum:	12.03.2016
Kurs-Dauer:	09.00 - 15.00 Uhr, Einscheiben ab 08.15 Uhr
Kurs-Ort:	9434 Au, Sporthalle Wees
Kosten Mitglieder:	SFr. 0.-
Kosten Nicht-Mitglieder:	SFr. 240.-
Kontoverbindung:	Postkontonummer 90-2303-0
Versicherung:	Die als turnende STV-Mitglieder deklarierten Teilnehmer/-innen sind gemäss Reglement bei der SVK des STV gegen Haftpflicht, Brillenschäden und Unfallzusatz versichert.
Besonderes:	Unkostenbeitrag für Mittagsverpflegung und Kursunterlagen wird bei der Präsenzkontrolle gegen Quittung eingezogen. Kursausweis und STV-Mitgliederkarte mitnehmen.
Anmeldeschluss:	**29.02.2016** auf **www.sgtv.ch**
Ansprechpartner:	Anmeldung
Name, Vorname	Guido Scheiwiller
Adresse	Loohalden 3854
PLZ/Ort	9533 Kirchberg
Telefon	071 931 29 44
E-Mail	scheiwiller.loohalde@tbwil.ch

Frühlingskurs Männer 12.03.2016 in Au

Kursprogramm im Detail

Faustball für jedermann

Die Rahmenbedingungen und das Material werden vorgestellt. Grundlagen wie Angreifen, Abwehren und Zuspielen sollen kennengelernt werden. Verschiedene Übungen und Regeln führen zum Spiel und Ideen zu Spielvarianten werden abgegeben.

Faszien Training (Bindegewebe)

Einführung in die vier Trainingsbereiche des Faszial - Fitnesstrainings in Theorie und Praxis.

Wie stärke ich mein Bindegewebe? Wie erhalte ich es elastisch?

Erlebe die Faszination Faszien und die wohltuende Wirkung von "Faszial - Fitness" am eigenen Körper.

Was erwartet mich bei Trommle dich fit?

Eine energiegeladene Lektion bei der man die Pezzibälle zu einem Schlagzeug umfunktioniert. Mit einfachen Schlagkombinationen und einfachen Aerobic schritten werden Koordination, Rhythmik und Ausdauer trainiert. Fun pur ist angesagt. (es geht ziemlich laut zu und her, also nichts für lärmempfindliche Turner).

Krafttraining mit eigenem Körpergewicht

Die heute übliche Lebensweise ist durch einen eklatanten Mangel an Bewegung und körperlicher Aktivität gekennzeichnet. Viele Menschen sind einfach nicht besonders fit. Das kann unter anderem zu einem Abbau der Muskulatur, zu Erkrankungen des Bewegungsapparates, zu Osteoporose, zu Cellulite, einer Schwächung des Bindegewebes, zu Fehlhaltungen oder auch zu Rückenschmerzen führen. Aber auch eine verminderte Körperbeherrschung, wie sie sonst nur im hohen Alter auftritt und eine hohe Verletzungsanfälligkeit sowie erhöhter Gelenkverschleiß treten als Folge des Bewegungsmangels auf.

Frühlingskurs für Seniorinnen und Senioren

Kurs-Art:	Weiterbildungskurs Sport Fit
Teilnehmerkreis:	SF / VT
Ziele:	neue Ideen aus dem STV weitergeben
Kursprogramm:	Intro - Ausdauer - Faszientraining - Geräte - Ausklang
Kurs-Datum:	19.03.2016
Kurs-Dauer:	08.50 - 15.20 Uhr, Präsenzkontrolle ab 08.00 Uhr
Kurs-Ort:	9050 Appenzell, Turnhalle Gringel
Kosten Mitglieder:	SFr. 0.-
Kosten Nicht-Mitglieder:	SFr. 240.-
Kontoverbindung:	Postkontonummer 90-2303-0
Versicherung:	Die als turnende STV-Mitglieder deklarierten Teilnehmer/-innen sind gemäss Reglement bei der SVK des STV gegen Haftpflicht, Brillenschäden und Unfallzusatz versichert.
Besonderes:	Gemeinsamer Kurs 55+ des SGTV und ATV. Leiter/-innen aus der Altersgruppe 35+ sind bei uns immer herzlich willkommen. Mitbringen: Kursausweis mit Foto und STV-Mitgliederkarte. Kosten für Kursunterlagen und Verpflegung Fr.18.-. > Zentrum Appenzell > Weissbadstrasse > Gringelstrasse > Unterrainstrasse > Sporthalle Gringel.
Anmeldeschluss:	**29.02.2016** auf **www.sgtv.ch > Kursangebot > Sport Fit > Anmeldung**
Ansprechpartner:	Anmeldung
Name, Vorname	René Poltera
Adresse	Sonnmattstrasse 33
PLZ/Ort	9015 St. Gallen
Telefon	071 278 84 58
E-Mail	rene.poltera@mhsmail.ch

Frühlingskurs Seniorinnen und Senioren 19.03.2016 in Appenzell

Kursprogramm im Detail

Ausdauer

Ausdauer kann spielerisch so vermittelt werden, dass die Teilnehmenden kaum wahrnehmen, dass sie trainieren. Ein gutes Beispiel aus dem Zentralkurs 55+ des STV, das sogar alle Koordinativen Fähigkeiten beinhaltet. Dass dieses Training Spass macht, ist garantiert.

Faszientraining

Einführung in die vier Trainingsbereiche des Faszial-Fitnesstrainings in Theorie und Praxis. Wie stärke ich mein Bindegewebe? Wie erhalte ich es elastisch? Erlebe die Faszination Faszien und die wohltuende Wirkung von „Faszial-Fitness“ am eigenen Körper.

Geräte

Ein Handgerät, rund und leicht. Lerne die richtige Technik, mit dem Holzreif umzugehen: Die richtige Handhaltung hilft beim Umgang mit diesem vielseitigen Gerät.. Auch dies eine Lektion aus dem Zentralkurs 55+ des STV. Einfache Gymnastik, die auch die Männer sehr schnell beherrschen und ein Erfolgserlebnis haben.

Einstimmung und Ausklang

Kleine Bewegungsspiele und Kopfarbeit machen aus Alltagsmenschen Kursteilnehmer. Natürlich spielen die koordinativen Fähigkeiten auch eine tragende Rolle.
Im Ausklang werden die Teilnehmenden wohl gelaunt in den Samstagabend entlassen.

Wir sind persönlich
für Sie da.

» Treuhand/Rechnungslegung
» Steuerberatung
» Wirtschaftsprüfung
» Vorsorge
» Unternehmensberatung/Gründung

Die Geschäftsleitung: Bruno Baumgartner, Adeline Heeb, Ruedi Bartholet

rhenum TREUHAND

Trogenerstrasse 13
CH-9450 Altstätten

T +41 71 757 94 50
F +41 71 757 94 59

info@rhenum.ch
www.rhenum.ch

thürgetränke
altstätten
Stossstrasse 6
Tel. 071 755 16 84

Danke!
www.medaillen.ch
RUSTO & CO.AG
9403 Goldach

SAFT
VOM FASS
Eiskalt – heissgeliebt!
Kobelt
MARBACH
Mosterei Kobelt + Co. 9437 Marbach
Tel. 071 777 12 20

Infos aus dem Verband

+++ Heinz Tobler feiert im März seinen 73. Geburtstag+++ Diverse Ausschreibungen und Wettkampfanmeldungen findet ihr auf den folgenden Seiten oder auf unserer Homepage +++ www.kreisturnverbandrheintal.ch+++

Die kommenden Termine:

Februar	14.	Rheintaler LA-Nachwuchs-Meisterschaft	Widnau
	17.	Jugihauptleiterkonferenz	Au
	27.	27. SGTV Abgeordnetenversammlung	Vilters
	28.	Kantonale RG Meisterschaft	Berneck
März	19.	Jugileiterkurs	Staad
	19./20.	Kantonalmeisterschaft Gymnastik	Balgach
April	02.	12. Rheintaler Crossmeisterschaften	Thal

Geburtstage:

Wir gratulieren unseren Ehrenmitgliedern ganz herzlich zu ihrem Geburtstag und wünschen ihnen alles Gute für das kommende Lebensjahr.

Februar:

19. Gegenschatz Arthur	St. Gallen	71 Jahre
22. Ebneter Albert	Marbach	63 Jahre
24. Thür Berti	Lüchingen	67 Jahre

März:

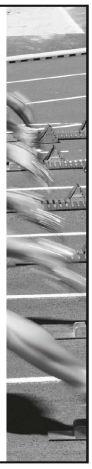
01. Tobler Heinz	Buchs	73 Jahre
17. Jüstrich Peter	Berneck	48 Jahre

victoriadruck
Ihr Partner im Rheintal

Sportlich unterwegs mit uns
als verlässlichen Partner für:

Visitenkarten
Briefbogen
Kuverts
Einladungen
Flyer
Programmhefte
Plakate
Prospekte
SK-Etiketten
Lose
Tickets
...

Victoriadruck AG || Hauptstrasse 63 | 9436 Balgach
Tel. 071 722 21 54 | www.victoriadruck.ch



SAFT
VOM FASS
Eiskalt – heissgeliebt !
Kobelt
MARBACH
Mosterei Kobelt + Co. 9437 Marbach
Tel. 071 777 12 20

sportlich
aktiv
attraktiv
Beat SPORT
Buchs
Widnau
www.beat-sport.ch

Beat Sport
Churerstr. 175
9470 Buchs
081 756 70 50
081 756 70 54
buchs@beat-sport.ch

Beat Sport
Bahnhofstr. 7
Rhyland
9443 Widnau
071 577 16 60
071 720 02 25
widnau@beat-sport.ch

SONNENBRÄU
REBSTEIN

seit 1905

KREISTURNVERBAND
RHEINTAL

Einladung geht an:

Alle Jugihauptleiter des
Kreisturnverband Rheintal
TK und JUKO Kreisturnverband

Datum: 31. Januar 2016
U/Zeichen: Kurt Rüdisühli
www.kreisturnverbandrheintal.ch

Jugihauptleiter-Konferenz 17. Februar 2016

Einladung

Wo: **Restaurant Engel in 9434 Au**

Zeit: **20.00 Uhr**

Traktanden:

1. Begrüssung
2. Rückblick
3. Kreisjugitage 2016
4. Jugileiterkurs in Staad / Gams
5. Geldfluss der Jugendförderung
6. Termine und Anlässe
7. Verschiedenes aus Kreis und SGTV
8. Allgemeine Umfrage

Im Anschluss sitzen die Kreischefs mit den Jugihauptleiter zusammen um diverse Punkte zu besprechen.

Für Jugihauptleiter und Vereine welche auf dem „Laufenden“ sein möchten ist diese Sitzung ein MUSS. Es kann auch eine Stellvertretung geschickt werden. Entschuldigungen bitte direkt an mich kudi70@bluewin.ch (079 397 82 00). Bitte Fahrgemeinschaften bilden. Allfällige Nachfolger dürfen ungeniert mitgenommen werden.

Freundliche Grüsse
Kurt Rüdisühli

Postanschrift: Kurt Rüdisühli, Wiesenstrasse 5, 9436 Balgach - Tel.: +41 79 397 82 00 - Email: kudi70@bluewin.ch

Bauherrenregel 59:

GLAS AM GEBÄUDE,
FÜR MEHR DURCHBLICK
UND FREUDE.

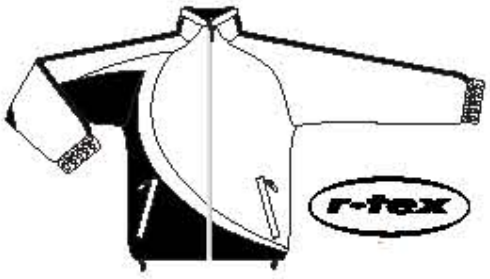
9451 Kriessern
www.luechinger-metallbau.ch

LÜCHINGER
METALL • GLAS • TÜR & TOR

Transteam
Personal AG

Temporär- und Dauerstellen

Basel Buchs SG Chur Sargans Wil Zürich



Vereinsbekleidung in Ihren
eigenen Clubfarben!

www.r-tex.ch

Jugileiterkurs
Kreis Rheintal

Kurs-Art:	Weiterbildungskurs Jugend
Teilnehmerkreis:	Jug
Ziele:	Ideen für Jugi
Kursprogramm:	Leichtathletik, Gymnastik, Geräteturnen, Spiele, Erste Hilfe
Kurs-Datum:	19.03.2016
Kurs-Dauer:	13.00 - 17.45 Uhr
Kurs-Ort:	Turnhalle Bützel, 9422 Staad
Kosten Mitglieder:	SFr. 0.-
Kosten Nicht-Mitglieder:	SFr. 300.-
Kontoverbindung:	Postkontonummer 90-2303-0
Versicherung:	Die als turnende STV-Mitglieder deklarierten Teilnehmer/-innen sind gemäss Reglement bei der SVK des STV gegen Haftpflicht, Brillenschäden und Unfallzusatz versichert.
Besonderes:	Anmeldung ist nur über www.sgtv.ch möglich. Bitte unbedingt auch Verein angeben. Bei Teilnehmer unter 17 Jahren Geburtstagsdatum angeben. Sie müssen einen amtlichen Ausweis vorweisen können. Mindestalter neu 15 Jahre
Anmeldeschluss:	**06.03.2016** auf **www.sgtv.ch**

Ansprechpartner	Anmeldung	Kursleitung
Name, Vorname	Sekretariat SGTV	Kurt Rüdisühli
Adresse	Im Dorf 3	Wiesenstrasse 5
PLZ/Ort	9245 Oberbüren	9436 Balgach
Telefon	071 565 16 92	079 397 82 00
E-Mail	sekretariat@sgtv.ch	kudi70@bluewin.ch

Rheintaler Leichtathletikmeisterschaft (RLM) 2016

Kat. Turnerinnen, Turner und Mixed

Organisator	**Kreisturnverband Rheintal**
Wettkampf	Zweiteiliger Mannschaftswettkampf bestehend aus a.) obligatorischer Teil Damen: 80m Pendelstafette; 8Tui Mixed: 80m Pendelstafette; 4Tui/4Tu Herren: 80m Pendelstafette; 8Tu b.) frei wählbarer Teil: Turnfest Leichtathletikdisziplin(en); kann in 2 Gruppen à 4 Personen aufgeteilt werden. Es ist pro Person aber nur eine Disziplin absolvierbar. Für die Kat. Mixed ist innerhalb einer Gruppe die Aufteilung Tu/Tui im Verhältnis 1:1 im Gegensatz zum Vereinsturnen zwingend!
Datum	Freitag, 29. April 2016 (ab ca. 19.00 Uhr)
Ort	Sportanlage Riet in Balgach
Wertung	Es gilt die Wertungstabelle STV15
Auszeichnung	Die Siegermannschaften jeder Kategorie erhalten je einen Pokal.
Startgeld	Fr. 45.- und Staffel Fr. 10.- pro Mannschaft, einzuzahlen bis zum Wettkampf auf die Alpha Rheintal Bank IBAN-Konto CH57 0692 0016 1855 4950 4 zu Gunsten Kreisturnverband Rheintal, 9033 Untereggen
Staffel	Als Überbrückung der Zeit nach dem Wettkampf bis zur Rangverkündigung bieten wir wieder einen Staffelwettkampf über 4 x 100m in allen 3 Kategorien an. Die Siegermannschaften erhalten einen Wanderpokal. Pro teilnehmende Mannschaft sind auch mehrere Staffeln startberechtigt (Zeitendlauf).
Kampfrichter	Jede teilnehmende Mannschaft stellt einen Hilfskampfrichter!

Anmeldung für die Rheintaler Leichtathletikmeisterschaft vom 29. April 2016

Verein …….....

Freigewählte Disziplin 1. Disziplin …….....

2. Disziplin ....….....

Name / Adresse / e-Mail der
Leiterin / des Oberturners ....….....

....….....

....….....

Teilnahme RLM ☐ Mixed ☐ Damen ☐ Herren

Teilnahme 4 x 100m Staffel ☐ Mixed ☐ Damen ☐ Herren

Name des Kampfrichters ....….....

Ort / Datum Unterschrift

....

Anmeldetalon bis spätestens **18.04.16** an: Hansjörg Nüesch, Mühlackerstr. 20, 9436 Balgach, bzw. per e-Mail: hansi.nuesch@bluewin.ch oder direkt online auf www.kreisturnverbandrheintal.ch

Rheintaler Meisterschaft Frauen und Männer (RMFM) 2016

Organisator:	Kreisturnverband Rheintal
Verein:	Lüchingen
Datum:	Freitag, 13. Mai. 2016
Ort:	Schulanlage Roosen in Lüchingen
Wettkampf:	Fit & Fun: Einteiliger / Zweiteiliger oder Dreiteiliger Wettkampf

Die Wettkämpfe beginnen um 18.00 Uhr.

Das leibliche Wohl kommt in der Festwirtschaft nicht zu kurz und

DIE NACHTFALTER sorgen für gemütliche Stimmung.

Der STV Lüchingen freut sich auf viele Turner und Besucher!

Fit und Fun Dreikampf

mit den Disziplinen:	FF1 / FF2 / FF3
	- Pro Gruppe sind min. 8 Turner/innen erforderlich - Ein Verein kann mit mehreren Gruppen starten - es gelten die aktuellen Weisungen Fit + Fun
Startgeld:	CHF 80.-- pro Gruppe
Kampfrichter:	bis 8 Turnende ein Kampfrichter, ab 9 Turnenden sind 2 Kampfrichter zu stellen, die einen Grundkurs oder einen Fortbildungskurs besucht haben.

Die Anmeldung und die Wettkampfvorschriften können auch unter www.kreisturnverbandrheintal.ch heruntergeladen werden.

Dies ist der ideale Vorbereitungswettkampf für die Turnfestsaison 2016

Anmeldung

Verein .....

Name / Adresse / Telefon .....

Verantwortliche Person .....

.....

.....

.....

Fit und Fun 1-/2-/3-Kampf

Anzahl Gruppen ……. mit …….. TI/TU (Gesamtanzahl Turnende)

Kampfrichter/innen

1. ……..

2. ……..

3. ……..

Ort / Datum Unterschrift

.....

Anmeldung an: Peter Zemp, Bahnhofstrasse 59, 9445 Rebstein
Tel.: 079 447 61 32,
E-Mail: peter.zemp@galledia.ch

oder via Internet www.kreisturnverbandrheintal.ch

Einzahlung an: Alpha Rheintal Bank, Kontoinhaber:
Kreisturnverband Rheintal (RMFM 2016)
IBAN: CH57 0692 0016 1855 4950 4

Termin Anmeldung und Einzahlung spätestens bis 22. April 2016

Buchser hof

Hotel Restaurant
CH-9470 Buchs

Tel. 081 755 70 70
www.buchserhof.ch

Schlafen – Entspannen

Geniessen – Feiern

Seminar – Lernen

Ihre Gastgeber